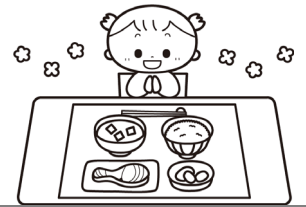




11月の献立 盛こども園



～ 旬の食材 ～				【郷土料理】		1日(金)	2日(土)		
☆ 鮭	☆ さば	☆ さつまい		❁ 里芋の 煮っころがし	❁ さんまのすり身汁	❁ あずきぱっとう	マーボー豆腐 ワンタンスープ りんご	(さくら組 りんご遊び) パン 幼児用牛乳	
☆ きのこと類	☆ さつまい	☆ 白菜						牛乳 もちもちパン	麦茶 おにぎり
☆ 大根	☆ 人参	☆ みかん						405	
☆ かぶ									
☆ りんご									
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)				
昼食	《振替休日》	さばの塩焼き 金平ごぼう 冬のあったか汁 オレンジ	＜完全給食＞ かきあげうどん 酢の物 みかん	宝袋 わかめのみそ汁 ゼリー	ポークビーンズ スパゲティスープ 梨	＜希望保育＞			
15時		麦茶 ごへいもち	牛乳 ぎょうざピザ	麦茶 しょうゆだんご	牛乳 ブルーベリーサド				
kcal		307	497	360	540				
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)				
昼食	(鮭の日) 鮭のちゃんちゃん 焼き すまし汁 オレンジ	豚肉のマニッシュ 焼き ポテトサラダ 大根のみそ汁 ミニトマト	＜完全給食＞ (七五三祝い膳) お赤飯 お煮しめ すまし汁 ぶどう	鶏の照り焼き 中華風サラダ 白菜のみそ汁 オレンジ	【郷土料理の日】 ❁ 里芋の 煮っころがし ❁ さんまの すり身汁 みかん	スパゲティ 野菜スープ			
15時	牛乳 黒糖蒸しパン	麦茶 五目おにぎり	牛乳 千歳あめラスク	麦茶 さつまいもチップス	麦茶 ❁ あずきぱっとう	麦茶 おかし			
kcal	374	445	398	366	340				
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)				
昼食	鶏肉のから揚げ ひじきサラダ かぶのみそ汁 ミニトマト	たらのみそ焼き ごぼうサガ すまし汁 オレンジ	＜完全給食＞ カレーライス 福神漬 切干大根とひじき のサラダ かき	ぎせい豆腐 酢の物 小松菜のみそ汁 オレンジ	ぶり大根 大豆サラダ りんご	《勤労感謝 の日》			
15時	牛乳 チーズサンド	牛乳 豆乳ドーナツ	牛乳 なべ焼き	牛乳 ふかし芋	麦茶 焼きそば				
kcal	517	431	713	427	412				
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)				
昼食	豚肉の竜田揚げ キャバツとコーンの 和えもの ポテトのみそ汁 ミニトマト	焼きししゃも たきぎ和え ほうとう風 うどん汁 りんご	＜誕生会＞ 菊花ごはん エビフライ コールスローサラダ 麩のすまし汁 ぶどう	マカロニグラタン ツナサラダ にら玉汁 みかん	すき焼き風煮 根菜のみそ汁 オレンジ	豚汁 おにぎり			
15時	牛乳 焼きりんご	牛乳 せんべい 伴ッ	麦茶 ミニパフェ	麦茶 かまもち	牛乳 じゃこトースト	麦茶 おかし			
kcal	414	438	459	463	531				

・献立は都合により変更になる場合がございます。何卒、ご了承ください。

・エネルギー (kcal) は、こども園で出している昼食とおやつ合計です。1日の平均塩分量は2.3gです。

※ 11月11日(月)は、鮭の日です。今年は、ちゃんちゃん焼きを用意する予定です。おたのしみに♪